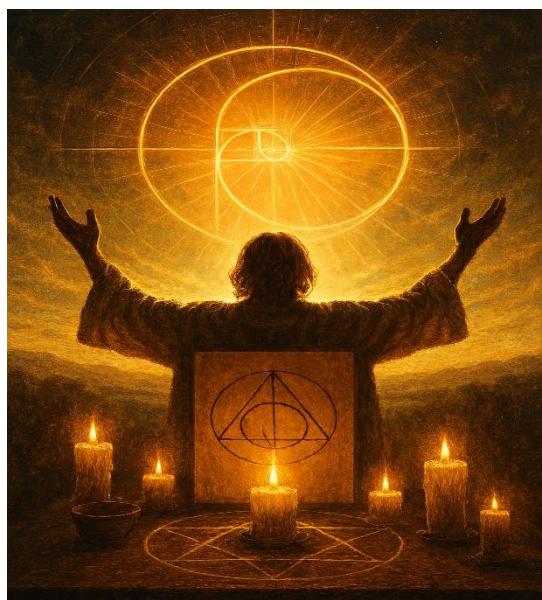




## "¿Estas Despertando o decorando la jaula?"

Del ritual al Despertar.



¿Ritual o Despertar? ¡Qué elegimos!

Esta es una de las preguntas más incómodas y necesarias que podemos hacernos. Toca la fibra de nuestra honestidad intelectual y espiritual.

La respuesta corta es que, como humanidad y como individuos, solemos preferir los rituales porque el despertar es una forma de "**muerte**" a la que el ego le teme profundamente.

Antes de profundizar, es vital hacer una distinción, **no estamos diciendo que la meditación, los rituales o las terapias espirituales no sirvan**. Al contrario, son herramientas poderosas y puertas de entrada necesarias. El problema no es la herramienta, sino el uso que hacemos de ella. A veces, usamos la terapia para sanar el ego en lugar de trascenderlo, o la meditación para relajarnos en la superficie mientras evitamos el ruido que ruge en el fondo.

Aquí te comarto algunas reflexiones sobre por qué nos quedamos atrapados en la forma y qué implicaría realmente ocuparse de fondo con Sanar para Despertar.

El ritual nos da una estructura. Nos dice qué hacer, qué decir y qué sentir. Nos ofrece una sensación de progreso sin requerir necesariamente una transformación interna. Es predecible. Puedo meditar 20 minutos, leer un libro sagrado o repetir un mantra y sentir que "ya cumplí". Es una zona de confort espiritual.

En cambio el Despertar es un caos necesario. No tiene mapa. Implica desmantelar las estructuras de nuestra personalidad, cuestionar nuestras creencias más arraigadas y mirar nuestras sombras de frente.

A veces, los rituales se convierten en un nuevo disfraz para el ego. Nos ocupamos de las apariencias (el vocabulario, la dieta, las posturas, la estética) pero seguimos siendo igual de reactivos, juiciosos o temerosos que antes. En este caso, el ritual no es un puente, sino un muro que nos protege de la realidad.

Despertar no es adquirir conocimiento, sino perder ilusiones. Ocuparse de ello verdaderamente implica:



- ⊕ Asumir una presencia Radical, dejar de vivir en el "*debería ser*" (rituales) para aceptar lo que "*es*" ahora mismo.
- ⊕ Responsabilidad total, dejar de culpar al mundo, al destino o a los demás por nuestro estado interno.
- ⊕ Desidentificación o deconstruirse. Observar nuestros pensamientos y emociones sin creer que somos ellos.

La pregunta que debemos hacer es: ¿estamos sanando o solo decorando la jaula?

En el camino espiritual, es fácil confundir el mapa con el territorio.

Muchos de nosotros llegamos a espacios como Sanar para Despertar buscando alivio, y lo que encontraremos es una invitación a la demolición.

Sin embargo, existe una trampa sutil en la que caemos con frecuencia sustituyendo nuestras viejas rutinas mundanas por "*rituales de luz*" que, en el fondo, solo sirven para mantenernos dormidos en una cama más cómoda.

El ritual tiene un propósito noble, es un contenedor. Nos ayuda a enfocar la mente y a crear un espacio sagrado. Pero el riesgo comienza cuando el ritual se vuelve un fin en sí mismo y se transforma en un refugio de la mente.

¿Cuántas veces meditamos esperando un premio?

¿Cuántas veces repetimos afirmaciones para no sentir el dolor que está gritando por nuestra atención?

En Sanar para Despertar, entendemos que el ritual sin presencia es solo gimnasia mental. Si tu práctica no está erosionando tu ego, si no te está haciendo más humilde o consciente de tus sombras, entonces no te estás ocupando de despertar; te estás ocupando de entretenerte.

Sanar no es "arreglarse". La gran diferencia entre el ritualista y el que busca despertar radica en la intención.

El ritualista busca bienestar. Quiere que la ansiedad desaparezca, que el dinero llegue y que las relaciones sean perfectas.

Mientras que el que despierta busca la Verdad. Está dispuesto a que sus estructuras se rompan con tal de ver lo que hay detrás de la máscara.

Sanar no es volver a ser quienes éramos antes de un trauma; es integrar el trauma para descubrir que aquello que somos —*la conciencia pura*— nunca pudo ser dañado. Despertar es darse cuenta de que la "*sanación*" es, en última instancia, el despojo de todo lo que no somos.

Ocuparse verdaderamente del despertar requiere una vigilancia que ningún ritual de diez minutos puede cubrir. Significa observar la reacción. Notar cómo el ego intenta defenderse cuando alguien nos critica. Abrazar la incomodidad; en lugar de encender un incienso para "*limpiar la energía*", es sentarse a sentir el miedo o la tristeza sin intentar cambiarlos. Finalmente, cuestionar la identidad, preguntarse "*¿Quién soy yo?*" no como un mantra, sino como una



investigación real en medio del caos cotidiano.

Los rituales son las muletas que nos ayudan a caminar mientras recuperamos la fuerza, pero llega un momento en que debemos soltarlas **para poder correr**.

En Sanar para Despertar, la invitación es clara; utiliza el ritual como un trampolín, no como una red de seguridad.

La pregunta que debemos hacernos al cerrar los ojos cada noche no es "¿cumplí con mi práctica?", sino "¿estuve presente en mi vida?".

El despertar no es un evento futuro; es la disponibilidad total para el ahora, sin adornos ni disfraces.

**En Unidad y Amor Ascensional.**

**Sanar para Despertar.**

◆ SANAR PARA DESPERTAR ◆ YouTube ◆